



# **Cahier de préconisations techniques liées à l'organisation d'une épreuve de triathlon accessible aux paratriathlètes**

## **Version 17**

## AVANT PROPOS

La Fédération Française de Triathlon et des Disciplines Enchaînées (F.F.TRI.) a pour objet :

- ✓ de promouvoir, d'organiser et de mener toutes actions propres à développer la pratique du Triathlon, du Duathlon et des disciplines associées (aquathlon, run & bike, raid) en relation avec le Comité National Olympique et Sportif Français,
- ✓ de mettre en place les textes officiels régissant l'activité,
- ✓ d'assurer la formation et le perfectionnement de ses cadres,
- ✓ de définir les règles d'organisation et notamment les normes de sécurité, de contrôle, de surveillance médicale à respecter pour chaque épreuve.

Le développement de la pratique handisport triathlon, ne diffère pas de celui des autres pratiques fédérales. Cela demande une structuration minimum et l'accompagnement des différents acteurs qui, sur le " terrain " assurent la mise en œuvre des épreuves et l'accueil des pratiquants. C'est ainsi que la F.F.TRI. a édité ce recueil technique.

L'objectif de ce cahier de préconisations techniques est double:

- ✓ apporter un soutien technique aux organisateurs
- ✓ faciliter l'accessibilité des épreuves aux paratriathlètes

Ce cahier prend en compte toutes les personnes présentant un handicap physique (ou sensoriel), quels que soient leur catégorie d'âge et leur niveau de pratique.

- ✓ L'objectif est d'encourager l'organisateur de toute manifestation à intégrer dans les meilleures conditions possibles les paratriathlètes, en tenant compte des spécificités liées aux différents handicaps. Pour faciliter l'accès des épreuves aux sportifs débutants, la mise en place d'une épreuve relais permet de favoriser une pratique plus large. Il conviendra de rendre cette formule de course accessible aussi bien aux équipes composées de paratriathlètes, qu'aux équipes mixtes (paratriathlètes avec des athlètes "valides")

Ce cahier technique ne doit pas être un frein pour les organisateurs désirant accueillir les paratriathlètes, au contraire il se veut un recueil de conseils techniques permettant un accueil optimal.

Chacun pourra ainsi y trouver les renseignements relatifs à la spécificité et aux modes de pratique de chacune des catégories de handicap.

**SOMMAIRE**

LOGISTIQUE DE COURSE	p4
MODALITES DE PRATIQUE PAR CATEGORIE DE HANDICAP	p5
AIDES ET AIRES DE TRANSITIONS	p6
NATATION	p7
CYCLISME	p8
COURSE A PIED	p9
ZONE D'ARRIVEE	p10
ACCES AU SITE DE COURSE	p10
TOILETTES	p10
RETRAIT DES DOSSARDS	p10
CLASSEMENTS ET RECOMPENSES	p11
COMMUNICATION	p11
CONCLUSION	p11

## LOGISTIQUE DE COURSE

Quelle que soit la pratique considérée ou le type de course support de la manifestation, la Réglementation Générale de la F.F.TRI. en vigueur doit être appliquée. Les dispositions ci-dessous sont spécifiques aux paratriathlètes et ont valeur de préconisations.

### Quelques définitions utiles :

#### Tire à l'eau :

Désigne un fauteuil dont les roues sont prévues pour rouler sur un sol meuble (sable). Il est utilisé pour la mise à l'eau en bord de mer ou au bord d'un lac de personnes handicapées.



#### Tandem :

Le Tandem est un vélo destiné aux catégories "non et mal voyant" permettant d'accueillir l'athlète et son guide. Ce vélo est équipé de deux roues d'égal diamètre qui satisfait aux normes générales du Comité International Paralympique (I.P.C.)



#### Le Handicycle ou Handbike :

Le Handbike est un vélo à propulsion manuelle permettant au cycliste de se servir de ses bras pour propulser son engin. Le handbike est doté de trois roues dont une directrice, d'une chaîne et de deux manivelles remplaçant les pédales.



#### Le fauteuil de course :

Le fauteuil de course est utilisé par les athlètes qui ne peuvent pas courir sur la partie course à pied.



## MODALITES DE PRATIQUE PAR CATEGORIE DE HANDICAP

La Fédération Internationale de Triathlon (I.T.U.) a mis en place sa propre réglementation pour les catégories de handicap. Celle-ci s'applique sur les épreuves internationales de paratriathlon ainsi que sur les épreuves françaises donnant accès à un titre ou à une sélection en Equipe de France de Paratriathlon.

Sur les autres épreuves accueillant des paratriathlètes, les organisateurs sont invités à utiliser à minima la classification simplifiée dite « par mode de locomotion » présentée dans le tableau ci-dessous (avec les catégories ITU correspondantes). La classification des athlètes selon le règlement ITU est évidemment souhaitable dans la mesure du possible.

### RECAPITULATIF DES MODALITES DE PRATIQUE PAR CATEGORIE DE HANDICAP

<b>Classification Simplifiée Dite « par mode de locomotion »</b>	<b>Classification ITU</b>
<b>Handcycle-Fauteuil</b>	PT1 Score lors de la classification < 640 points -Utilisateurs de handcycle et Fauteuil
<b>Debout (natation-vélo-course à pied)</b>	PT2 Score lors de la classification inférieur à 454.9 points – Avec possibilité d'utilisation de prothèse
	PT3 Score lors de la classification entre 455,0 et 494,9 points - Avec possibilité d'utilisation de prothèse
	PT4 Score lors de la classification entre 495,0 et 557,0 - Avec possibilité d'utilisation de prothèse
<b>Tandem</b>	PT5 Athlètes classés en B1, B2, B3 selon la classification IBSA/IPC – Utilisateurs de Tandem avec guide
<b>Vélo-Fauteuil</b>	Catégorie non représentée à l'international

## AIDES ET AIRES DE TRANSITIONS

Des bénévoles facilement identifiables (par les athlètes, les membres de l'organisation et le corps arbitral) peuvent être mis à disposition pour les paratriathlètes ayant besoin d'une assistance hors course (retrait des dossards, déplacement, ...) et/ou en course (transitions uniquement).

Dans le cas où une assistance en course est proposée, elle devra l'être à tous les concurrents y compris les mal et non-voyants (le guide n'est pas considéré comme un assistant).

Compte tenu du matériel utilisé par chaque sportif, plus volumineux et donc plus encombrant que le matériel traditionnel, le parc de transition devra être spécialement adapté aux paratriathlètes.

Dans un souci de sécurité et de gestion des bénévoles accompagnants ces sportifs, ce parc devra être clairement identifié et implanté de façon opportune au sein de l'aire de transition.

La localisation optimale de celui-ci devra se situer la plus proche possible de la sortie de l'eau afin d'éviter une transition trop longue et difficile.

A l'intérieur du parc à vélo, l'emplacement individuel réservé à chaque concurrent devra contenir au moins un siège de manière à optimiser les changements de matériels. Les emplacements devront être plus larges et plus longs afin de pouvoir stationner le matériel utilisé en fonction du mode de pratique. La surface attribuée à chaque emplacement handisport doit tenir compte de la présence éventuelle d'un accompagnateur chargé d'aider le concurrent lors de sa transition.

Les paratriathlètes utilisant des handbikes sont autorisés à rouler dans l'aire de transition en veillant à la sécurité des autres concurrents. En particulier, ils devront observer une faible allure et marquer un arrêt à la ligne de montée et descente.

Afin de faciliter les transitions, les demi-tours à angle droit ou étroit sont à proscrire, sachant que l'angle de rotation d'un handbike est assez restreint.

Il est préférable que l'aire de transition soit établie sur une surface plane avec un revêtement stable et solide (surfaces gazonnées ou sablonneuses à éviter).

### RECAPITULATIF DES AIDES ET DES DIMENSIONS PRECONISEES

Catégories de Handicap	Classification ITU	Assistance préconisée dans le parc	Taille de l'emplacement individuel (Lxl)
<b>Natation-Handcycle-Fauteuil</b>	PT1	2 personnes	2 m 50 x 2 m
<b>Natation-Vélo traditionnel-Course debout</b>	PT2	1 personne	2 m x 2 m
	PT3	1 personne	2 m x 2 m
	PT4	1 personne	2 m x 2 m
<b>Natation-Tandem-Course</b>	PT5	1 personne (guide)	2 m 50 x 1 m 50
<b>Natation-vélo-Fauteuil</b>		2 personnes	2 m 50 x 2 m

## NATATION

- ✓ Dans le cas où plusieurs paratriathlètes sont au départ d'une même épreuve, il est conseillé que ceux-ci partent avec au moins 10 minutes (par kilomètre à nager) d'avance sur les autres concurrents. Cela permet de garantir des conditions de sécurité minimales et de promouvoir la pratique du paratriathlon et notamment une meilleure lisibilité du départ de la course.
- ✓ L'aire de départ de natation doit être prévue pour pouvoir accueillir toutes les catégories de handicap et notamment les fauteuils. Dans le cas où le départ est inaccessible en fauteuil, il est possible d'emmener les participants grâce à des bateaux servant à la sécurité.
- ✓ Les départs dans l'eau sont à privilégier par rapport aux départs donnés du bord. Les sorties à l'australienne sont à proscrire. Dans le cas où elles ne peuvent être évitées, il est conseillé d'aménager un demi tour dans l'eau (ou tous types d'adaptations cohérentes) pour les paratriathlètes.
- ✓ Afin de mieux repérer les paratriathlètes durant le parcours natation, il est recommandé de leur attribuer des bonnets de couleur vive, différents de ceux des autres participants.
- ✓ Dans le cas où des athlètes sourds ou mal entendant prennent le départ il est préférable d'accompagner le signal de départ sonore d'un signal de départ visuel (drapeau).
- ✓ L'arrivée natation devra être, dans la mesure du possible, assez large pour pouvoir la rendre accessible à un tire à l'eau ou tout autre type de matériel servant à la sortie de l'eau.
- ✓ Dans le cas contraire prévoir deux personnes capables de porter un athlète jusqu'à son emplacement.
- ✓ Le trajet entre la sortie de l'eau et l'emplacement des athlètes dans le parc devra être le plus court possible, en conséquence une ouverture exceptionnelle du parc pourra être faite pour diminuer les distances des transitions. Le bonnet de couleur vive pourra faire office de laisser passer.

## CYCLISME

- ✓ Le parcours cycliste doit être roulant et ne pas présenter de difficultés trop importantes (virages ou demi-tours très serrés).
- ✓ Sur le parcours cycliste, la pente ne dépassera pas les 6% en moyenne ni 15% au maximum. La longueur totale des tronçons en montée devra être inférieure au quart de celle du circuit. Par exemple pour un circuit de 40 km la longueur totale additionnée des pentes doit être inférieure à 10 km.
- ✓ D'un point de vue sécuritaire, le port du casque est obligatoire et il est fortement conseillé que les fauteuils des athlètes soient équipés d'un drapeau de couleur vive, si possible placé en hauteur, de sorte qu'ils puissent être facilement repérés sur le circuit.
- ✓ Enfin, il est important de rappeler lors du briefing, que chaque paratriathlète doit rouler au maximum sur la droite de la route.



## COURSE A PIED

- ✓ Le parcours doit se dérouler sur une surface bitumée / bétonnée ou sur un sol très roulant (les parcours empruntant de l'herbe ou un chemin gravillonné sont à proscrire).
- ✓ Les virages dangereux (au bas d'une descente, virage à angle droit) sont à proscrire également ou doivent être sécurisés par des bottes de paille.
- ✓ Au cas où le parcours de course à pied emprunte obligatoirement la montée d'un trottoir ou de tout autre obstacle, il faut prévoir une " rampe d'accès " ou par défaut la présence d'un bénévole.
- ✓ De même, il faudra veiller à sécuriser les passages de voies ferrées s'ils ne peuvent être évités.
- ✓ Sur le parcours de course à pied, la pente ne dépassera pas les 6% en moyenne ni 15% au maximum. La longueur totale des tronçons en montée devra être inférieure au quart de celle du circuit. Par exemple pour un circuit de 5 km la longueur totale additionnée des pentes doit être inférieure à 1,25 km.
- ✓ Si le parcours ne peut répondre aux critères exposés ci-dessus, il est possible de prévoir un parcours spécifique réservé aux paratriathlètes, par exemple sous forme de boucles (piste d'athlétisme, etc.).
- ✓ Sur toute la partie fauteuil, **le port du casque est obligatoire.**
- ✓ Afin d'assurer le maximum de sécurité à l'ensemble des participants, il est souhaitable de prévoir un vélo ou une moto ouvreuse devant le premier paratriathlète en fauteuil sur la partie pédestre.

## **ZONE D'ARRIVEE**

Cette aire d'arrivée doit être suffisamment large afin que les fauteuils puissent franchir la ligne. La largeur minimale préconisée est de 3 m afin de prévoir l'arrivée de deux athlètes ensemble.

La ligne doit se situer à même le sol et éviter le passage d'un obstacle ou d'une rampe pentue.

Il est préférable de prévoir une zone de ravitaillement accessible, dégagée et réservée aux paratriathlètes.

## **ACCES AU SITE DE COURSE**

Il convient de prévoir un parking handisport balisé et réservé exclusivement aux athlètes participant à l'épreuve, et de s'assurer que le chemin menant de celui-ci à l'aire de transition est praticable en fauteuil.

Celui-ci doit être situé le plus près possible du départ de la course, afin de faciliter le transfert du matériel jusqu'à l'aire de transition.

Les emplacements doivent être suffisamment larges pour pouvoir ouvrir les portes du véhicule des deux côtés et à l'arrière, ceci afin de faciliter les transferts.

## **TOILETTES**

Il convient de prévoir des toilettes accessibles aux paratriathlètes (en dur ou amovibles).

## **RETRAIT DES DOSSARDS**

Afin de faciliter le retrait des dossards et l'installation dans l'aire de transition, il est préférable de donner aux paratriathlètes des numéros de dossards qui se suivent (n, n+1, n+2, ...).

Dans le cas où ce retrait a lieu dans une salle située à l'étage (sans ascenseur), l'organisateur devra prévoir un second lieu de retrait situé au rez-de-chaussée.

Concernant les dossards, il n'est pas nécessaire de prévoir un jeu spécifique cependant il est recommandé d'y intégrer un signe distinctif (couleur, symbole...).

## CLASSEMENTS ET RECOMPENSES

Il est conseillé de prévoir une rampe d'accès au podium dans le cas où celui-ci se déroule sur un espace surélevé (car podium par exemple).

Libre choix est laissé à l'organisateur de faire une remise de prix.

Il est conseillé de récompenser à minima selon les modes de locomotion, au mieux selon la réglementation ITU.

Dans un souci de crédibilité, la remise de prix peut répondre au principe suivant :

- Un paratriathlète récompensé pour un ou deux paratriathlètes classés.
- Deux paratriathlètes récompensés pour trois athlètes paratriathlètes.
- Trois paratriathlètes récompensés à partir de quatre paratriathlètes classés.

Si un départ décalé est prévu pour les paratriathlètes en natation, l'organisateur devra répercuter le temps d'écart entre les différentes vagues afin que les paratriathlètes puissent apparaître dans le classement général final (scratch).

**Afin de mettre en avant les performances des paratriathlètes, les organisateurs peuvent intégrer les paratriathlètes dans le classement scratch afin qu'ils puissent évaluer leur performance globale et récompenser les paratriathlètes dans un classement distinguant à minima les modes de locomotion et le sexe.**

Dans le but de promouvoir le développement de cette discipline auprès du grand public, il est intéressant en terme d'image, mais également d'intégration, de procéder au podium paratriathlon avant le podium valides, et d'inviter sur le podium les paratriathlètes dans la mesure où ces derniers ne sont pas plus de trois.

## COMMUNICATION

La Fédération Française de Triathlon peut fournir aux organisateurs qui en font la demande, un listing des paratriathlètes licenciés à l'année. Il est également recommandé à l'équipe organisatrice de prendre contact avec le comité Handisport (Départemental, Régional) le plus proche.

## CONCLUSION

Ce cahier de préconisations n'est pas exhaustif. Chacun doit pouvoir y trouver les réponses à ses questions quant à l'accueil des athlètes handicapés. L'accueil et l'ouverture des épreuves aux paratriathlètes doivent permettre à chaque organisateur de donner une dimension supplémentaire à son organisation.

Le souhait est que les organisateurs puissent enrichir ce cahier par leurs expériences passées ou à venir. N'hésitez pas à formaliser vos remarques et questions et les adresser à Cyrille Mazure (cmazure@fftri.com), Conseiller Technique National en charge de ce dossier.